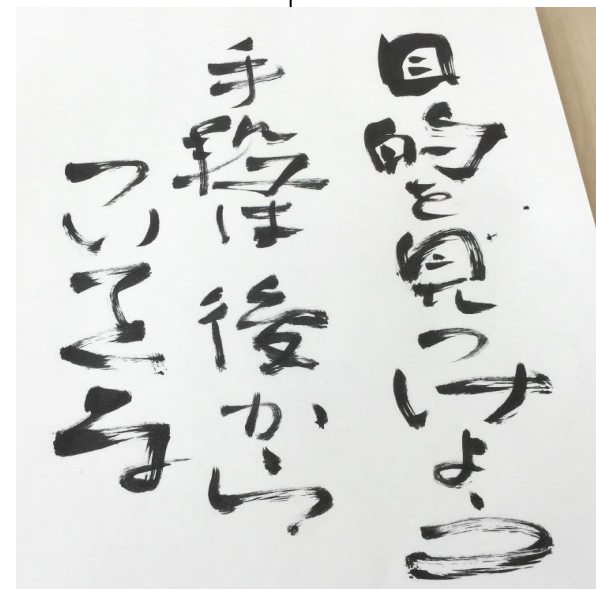




「頑張ろう!」とか「頑張ります!」と宣言する人がいます。
ですが、結果が出ないと自分の努力が報われないと感じます。
「頑張っているのに結果が出ない」と思うわけです。
それを常に抱えている人は、どうしてもストレスが大きくなります。
頑張らなければ結果が出せないと思っているのです。
頑張ることはその人にとって過度なストレスになる場合があります、そうするとやっていることは全く楽しくなく、充実感や達成感も感じにくくなります。
日本人には苦しむことが美徳のような感覚があります。
結果は苦しさを乗り越えた先にあると思っているようです。
そして、辛い状況乗り越えたり、苦しさをバネに頑張る姿が称讃される傾向にあります。
しかし、この価値観にわたしは疑問を感じます。
苦しむことで結果が出るのであれば、自分を追い込むことこそが成功の秘訣だということになります
もちろん、結果を出すためにはそれ相応の努力は必要です。
しかし努力と苦しいはイコールではありません。
本当に結果を出している人は、他の誰よりも苦しんだ人なのではないでしょうか?
本当に結果を出している人は、他の誰よりも辛い思いをしている人なのではないでしょうか?
決してそんなことはありません。
結果を出す人というのは、結果を出すのにふさわしい行動をとってきた人だけです。
結果というのは、常に勝負の前に決まっているものです。
結果が出た人は、それにふさわしい自分になった人です。
結果が出なかった人は、まだ結果にふさわしい自分ではなかった人です。
ですので、結果にふさわしい自分になれるようさらなる練習・トレーニングを積んでいく、それしかありません。
自分に「頑張った」と声掛けをしている人は、ある意味甘えているともいえます。
頑張っていれば何か満たされると勘違いしているのです。
しかし、頑張っても結果が出ないことはあります。
それどころか、頑張っているのに結果が伴わない現実をごまかし続け、ますますストレスを背負い込んでしまうのです。
すべきことをするにしろ、苦しんでやるより楽しんでやる方が結果につながるのです。
どんな心で生きるのかを選択するのも結局はあなた次第です。苦しいよりも楽しいを選んで生きてみませんか? 辻秀一 フロー語録より



将来、あなたが明らかにしてください。

[エピソード] 顕微鏡で生物を観察する理科の実習中に、あれこれ生意気な質問をした私に先生が一言。「まだ説明されていませんから、ぜひ研究してください」と。この言葉に感銘を受け、理科が大好きになりました。広島県「ねこねこ28」さん(50歳) **こんな素敵なことばを生徒にかけられたら、どんなに素敵なことでしょうか。親や教師は、生徒に追い越させる瞬間を楽しみにするかしらないかという議論を前に同僚としたことがありました。追い越されないように、日々努力することは必要ですが、それを喜びとする考え方も大切です。**